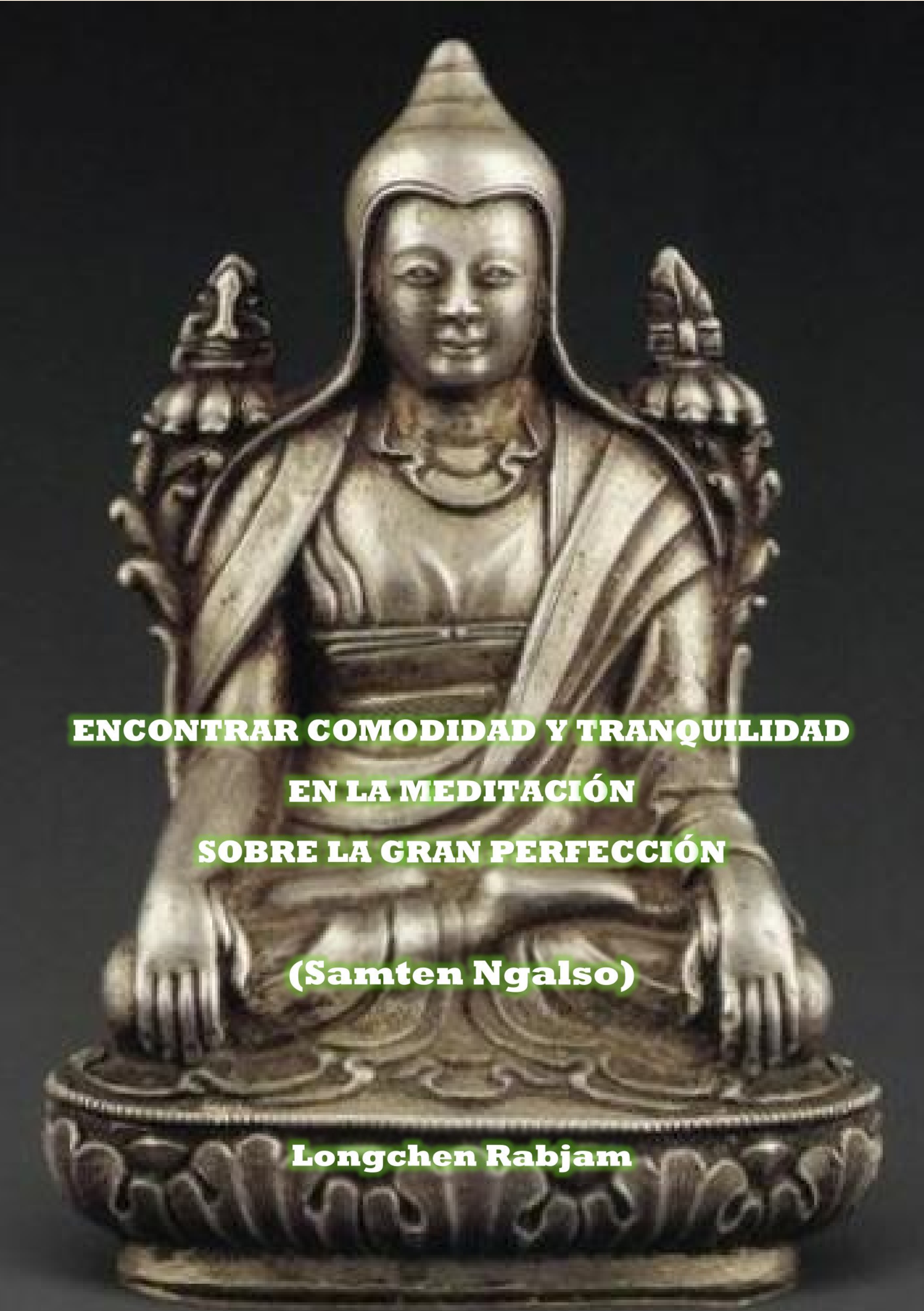
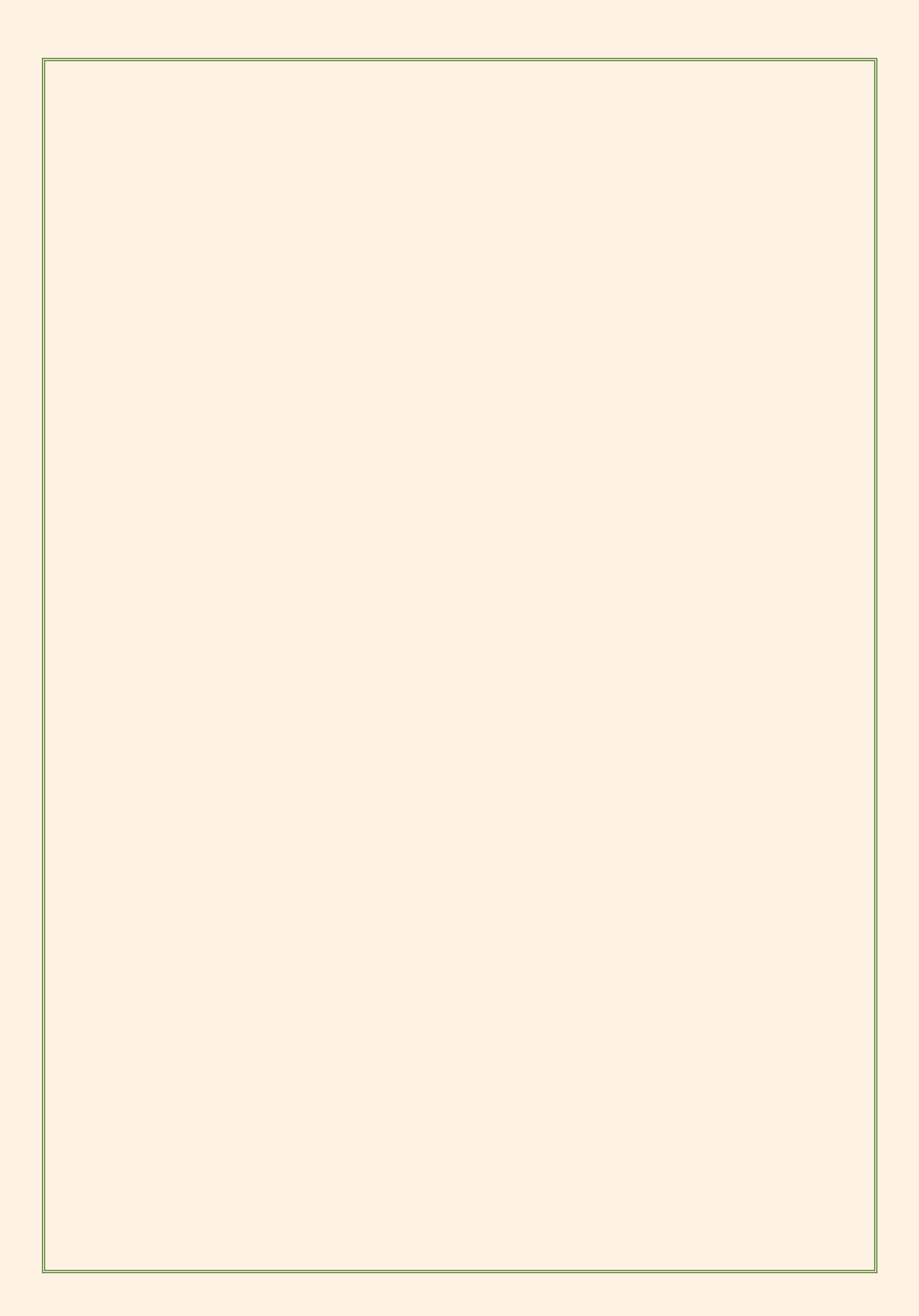


ENCONTRAR COMODIDAD Y TRANQUILIDAD EN LA MEDITACIÓN SOBRE LA GRAN PERFECCIÓN

(Samten Ngalso)

Longchen Rabjam



ENCONTRAR COMODIDAD Y TRANQUILIDAD EN LA MEDITACIÓN SOBRE LA GRAN PERFECCIÓN

(Samten Ngalso)

Longchen Rabjam

:

“Guía de Lugares para Cultivar el Samādhi”

y

“El Practicante de Meditación”

Traducidas del tibetano al inglés por

Adam Pearcey

basadas en una traducción anterior e inédita de
Encontrar Comodidad y Tranquilidad en la Meditación sobre la Gran Perfección de

B. Alan Wallace y Adam Pearcey

preparada para las enseñanzas de
S. *S. el Dalai Lama en Lerab Gar, Francia 2000*.

Traducidas del inglés al castellano por

Gustavo Villalobos

2007

.

“Una Gema que Cumple los Deseos”

Traducida del tibetano al inglés por

Michael R. Sheehy

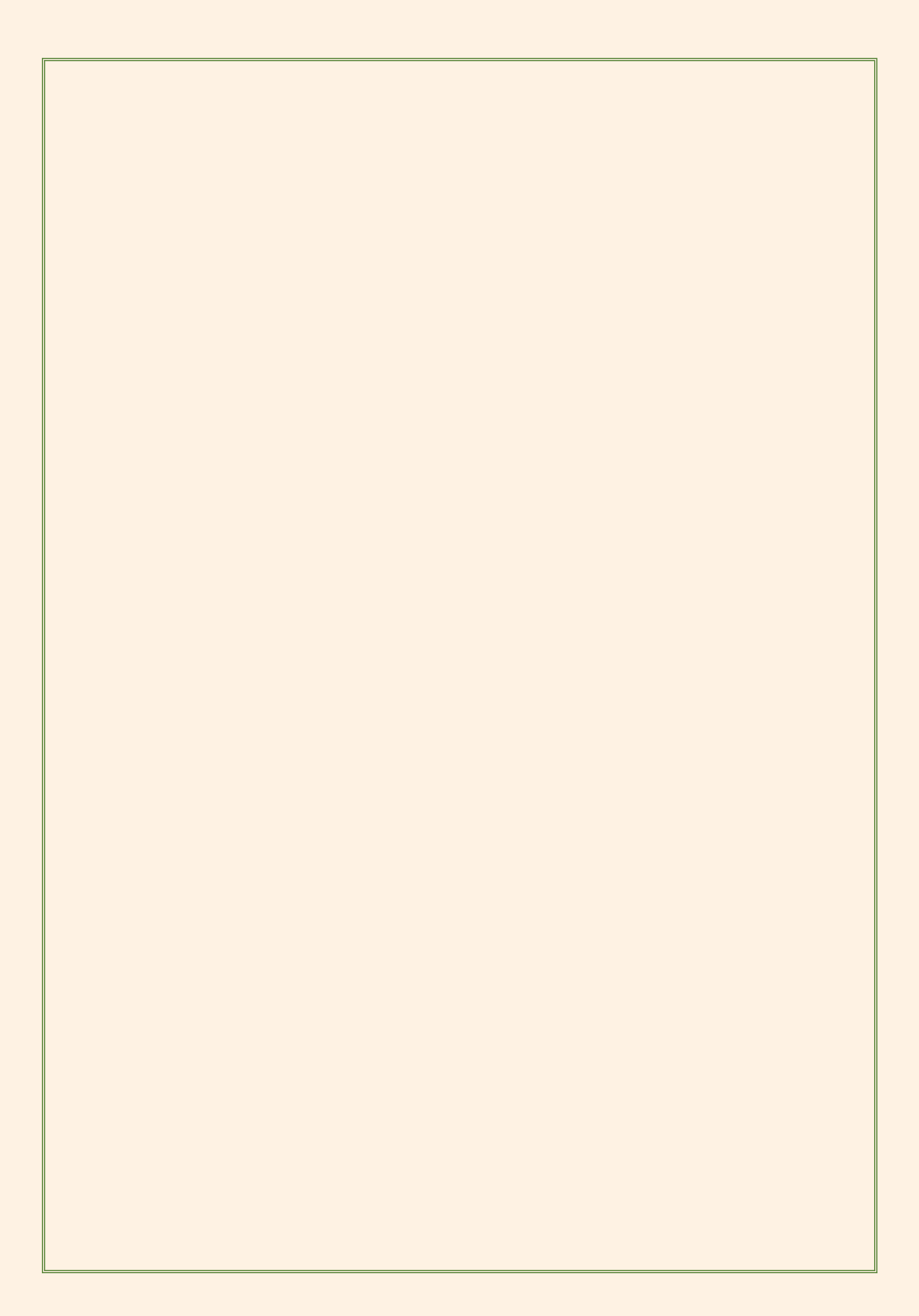
2021

Extraída desde: https://www.lotsawahouse.org/

para su traducción del inglés al castellano por

Diego Kunga Samten Daleffe

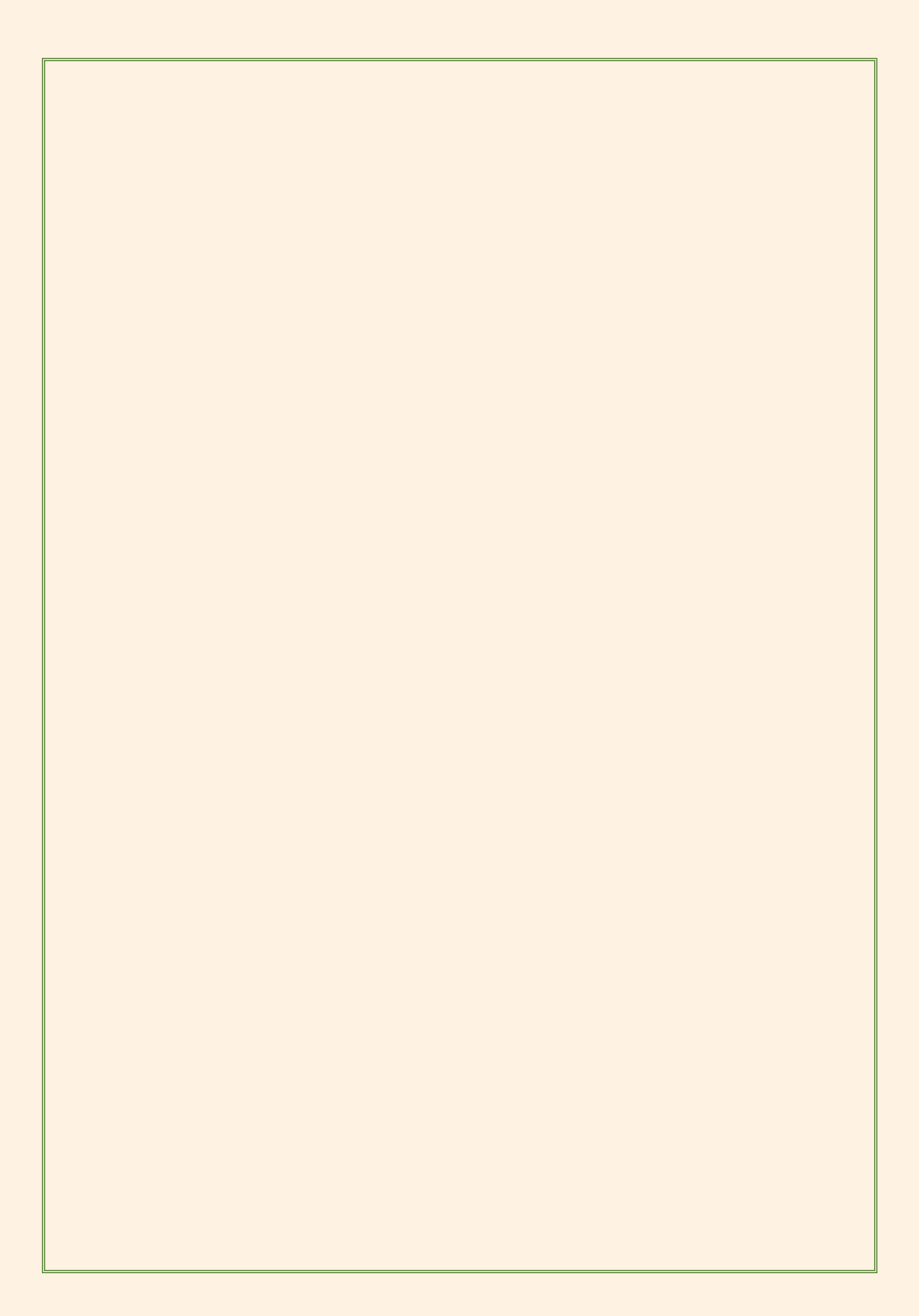
Verano del 2023





Longchen Rabjam Drimé Özer

(Longchenpa)



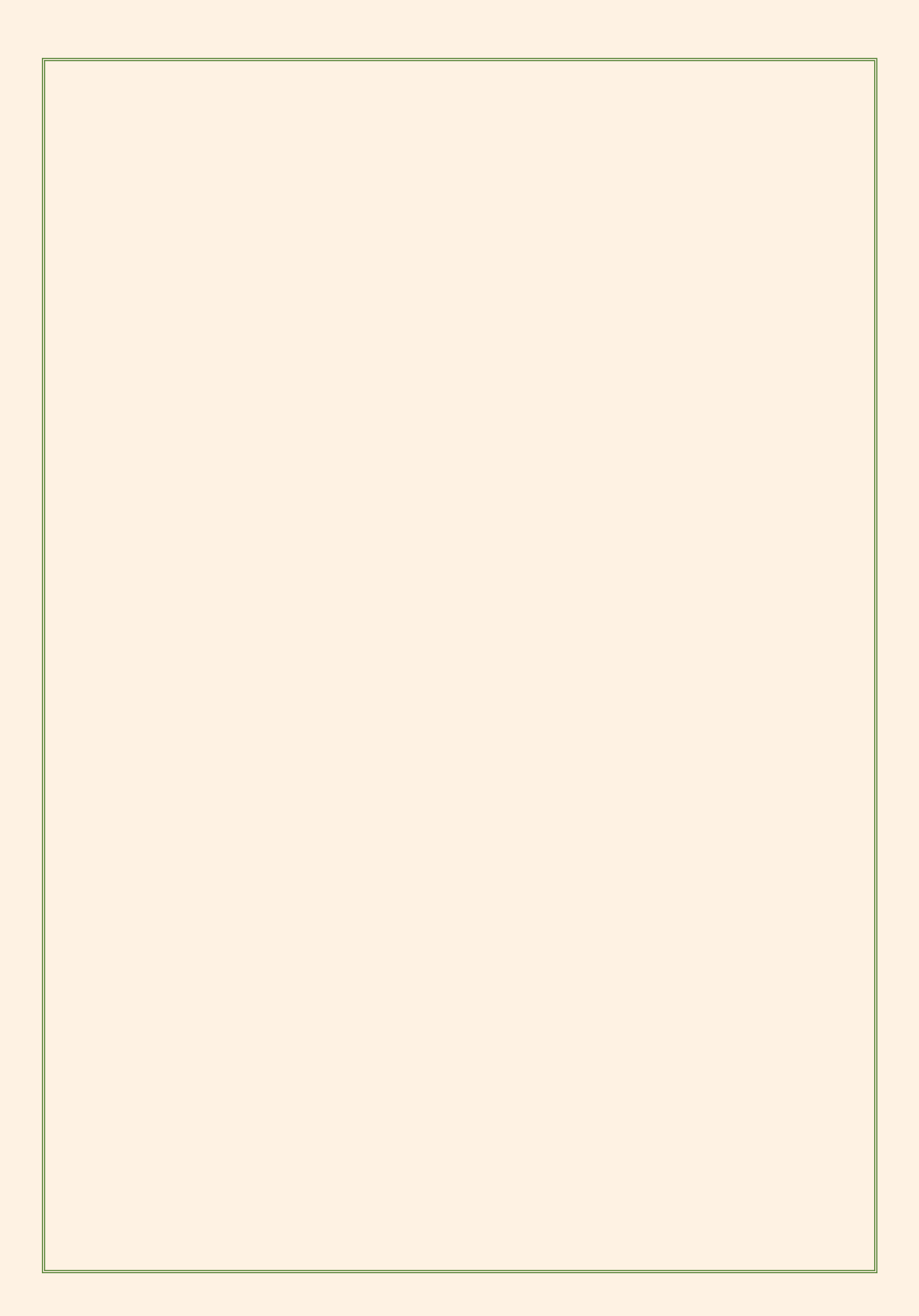
ENCONTRAR COMODIDAD Y TRANQUILIDAD EN LA MEDITACIÓN SOBRE LA GRAN PERFECCIÓN

(Samten Ngalso)

Longchen Rabjam

Índice

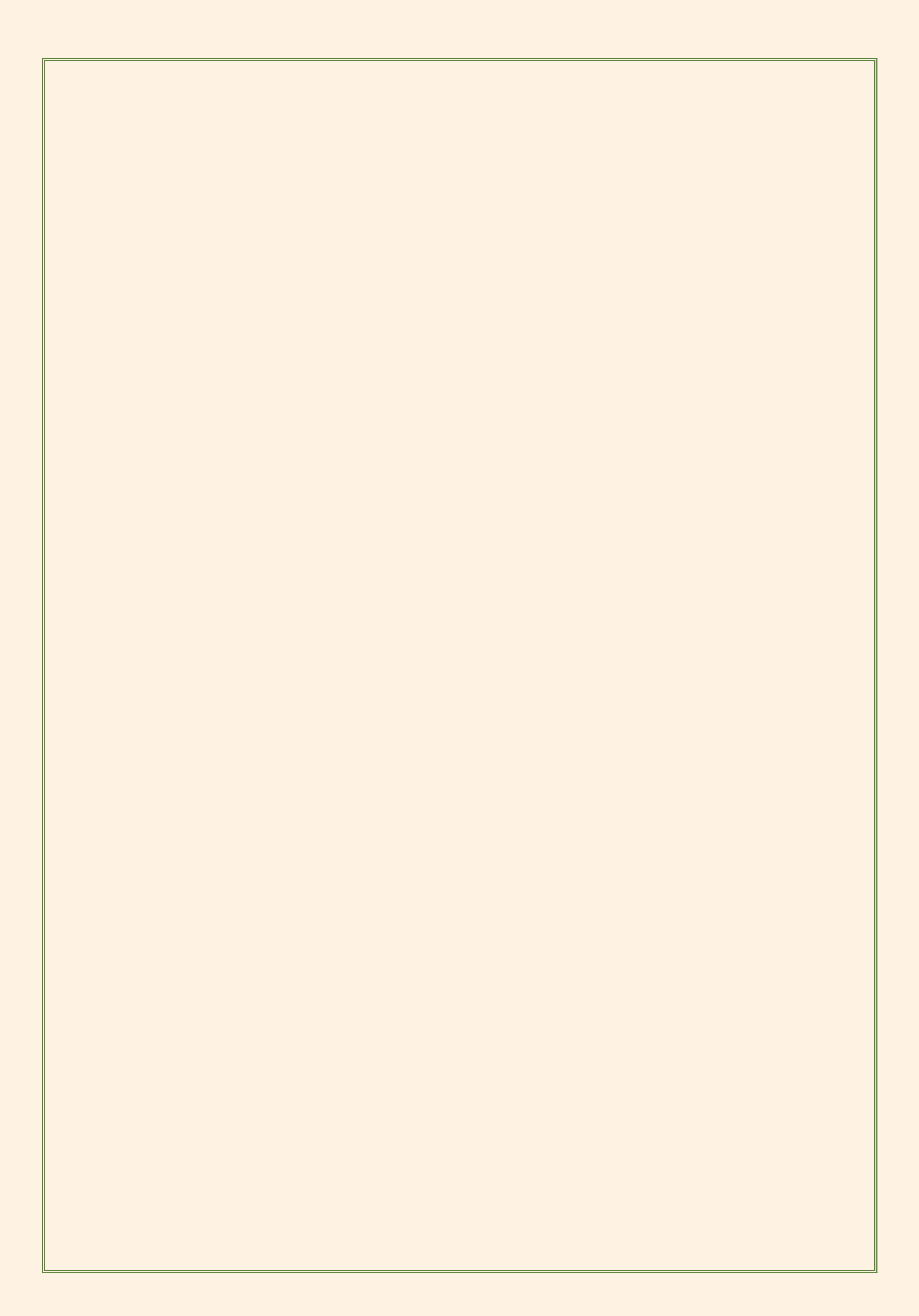
Extraídas desde: https://www.lotsawahouse.org/



Introducción del Traductor de “Una Gema que Cumple los Deseos”

Michael R. Sheehy

La trilogía en su conjunto se centra en los medios para cultivar una relajación profunda y permanecer a gusto con todo lo que se manifiesta en la propia experiencia. En cada sección, Longchenpa proporciona una guía específica sobre la contemplación -para estar a gusto en la naturaleza de la mente, en la meditación y, aquí, en la ilusión. El texto ofrece instrucciones sobre el yoga de los sueños y la evocación de apariciones como medio para familiarizarse con lo ilusorio de la experiencia. También se hace referencia a los ocho símiles de la ilusión cognitiva, los cuales se citan en toda la literatura buddhista: 1) sueños, 2) magia o ilusiones, 3) alucinaciones o trampantojos, 4) espejismos, 5) reflejos, tales como el reflejo de la luna en el agua, 6) ecos, 7) castillos en las nubes o ciudades de gandharvas, y 8) apariciones.



1

Una Guía de Sitios para Cultivar Samadhi

Sobre cumbres montañosas, en bosques apartados y en islas y otros lugares semejantes,
Sitios que sean agradables para la mente y apropiados a la estación,
Cultiva un samadhi tranquilo, concentrado y firme –
La clara luz, que está libre de la más ligera elaboración conceptual.
Esto se logra naturalmente cuando se juntan tres factores puros:
El sitio ideal, el individuo y el Dharma que se va a practicar.
Primero que todo, el sitio debe ser apartado y agradable,
Un lugar que sea conducente a la práctica espiritual en las diferentes estaciones.
En el verano, medita en moradas más frescas y en sitios más frescos,
En lugares próximos a glaciares o sobre cumbres montañosas y otros semejantes,
Y permanece en una región y en una residencia de temperatura moderada,
Tal como un bosque o la ladera de una montaña o una edificación hecha de piedra.
En el invierno, permanece en algún lugar que se encuentre a una menor altitud,
Tal como un bosque, una cueva rocosa o una hondonada,
Y ajusta tu dieta, tu vestido, la ropa de tu cama y lo demás.
En la primavera, permanece en las montañas o en los contornos de un bosque,
En una isla desierta o en edificaciones con una temperatura benigna y uniforme,

Donde la dieta, la ropa y la conducta estén correctamente armonizadas – esto es de crucial importancia.
Existe una importante interconexión entre lo externo y lo interno,
Así que mantente en lugares que inspiren y eleven el espíritu.
Muy alto en las montañas, la mente se vuelve clara y expansiva,
Ideal para refrescar la pesadez mental y para practicar la fase de generación.
Las regiones nevadas ayudan a que el samadhi sea claro y la conciencia sea brillante y lúcida,
De modo que son lugares ideales para cultivar vipashyana con la menor cantidad de obstáculos.
Los bosques producen quietud en la mente y nos ayudan a desarrollar estabilidad mental,
De modo que son lugares ideales para cultivar shamatha con un sentido de serenidad.
Por debajo de acantilados rocosos, podemos sentir una vívida sensación de impermanencia y desencanto,
Claros e inspirados, ayudándonos a lograr la unión de shamatha y vipashyana.
En las riberas de un río, nuestra atención puede concentrarse,
Y el deseo de escapar del samsara nos llega de nuevo y con rapidez.
Los cementerios al aire libre son lugares poderosos para una realización súbita,
Se dice que son ideales para las fases de generación o culminación.
Las aldeas, mercados, casas vacías, árboles solitarios y sitios semejantes,
Que son frecuentados por humanos y demonios no humanos,
Son fuente de distracción para los principiantes y pueden producir muchos obstáculos,
Pero para los practicantes estables, sirven como apoyo, y se consideran como supremos.
Los templos y altares, habitados por espíritus gyalpo y gongpo,
Pueden perturbar la mente e incitar pensamientos de ira y aversión.
Las cavernas en la tierra y lugares semejantes, frecuentados por senmo, demonios femeninos,
Incitan el deseo apasionado y producen una excesiva pesadez y agitación.
Los árboles solitarios y otros lugares, habitados por mamos y dakinis,

Al igual que rocas y espolones montañosos, donde residen el mutsen y el theu'rang,
Se cree que contribuyen a la confusión mental y producen toda suerte de obstáculos.
Las tierras de los parias, nagas, ñen y espíritus locales,
A orillas de los lagos, o en praderas, bosques y lugares semejantes,
Adornados por hermosas flores, plantas y árboles,
Son lo suficientemente placenteros al principio, pero posteriormente demuestran ser perturbadores.
En breve, todos los sitios y moradas que parezcan ser agradables al principio,
Pero no tanto cuando llegas a conocerles, son lugares de logros inferiores.
Mientras que aquellos que parecen atemorizantes y desagradables al principio,
Pero demuestran ser agradables una vez que te has acostumbrado a ellos,
Son poderosamente transformadores, y producen grandes logros sin obstáculos.
Y todos los demás lugares fuera de estos extremos, constituyen sitios neutrales, ni beneficiosos ni perjudiciales.
Como nuestras mentes se ven afectadas por los lugares en los cuales permanecemos,
Esto puede hacer que nuestra práctica se fortalezca o se debilite,
Entonces, se dice que examinar los sitios de práctica es de crucial importancia.
Más aún, existen cuatro clases de lugares basado en las cuatro actividades:
Lugares apacibles, donde la mente se concentra y se aquieta de manera natural,
Lugares expansivos, encantadores para la mente, imponentes e inspiradores,
Lugares magnetizantes, donde la mente se siente cautivada y desarrolla apegos,
Y lugares airados, donde la mente es perturbada por sensaciones de miedo y pavor.
Pueden hacerse clasificaciones adicionales, incontables y más allá de toda medida,
Pero en este contexto, para el samadhi, los lugares apacibles son los mejores,

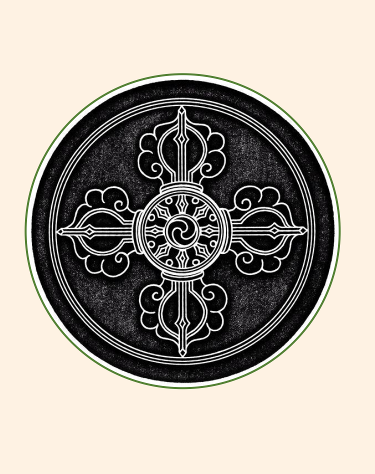
Y así, temiendo excederme en las palabras, no abundaré más sobre este punto.
En estos lugares apacibles, la morada de meditación debería encontrarse en un área solitaria,
Ya que esto propiciará el desarrollo de la concentración en la mente.
La morada ideal es aquella que está abierta por los lados y tiene una vista despejada.
Para el yoga de la noche, practica dentro de una 'casa oscura' circular,
En un lugar elevado, y en medio de la habitación central,
Con tu almohada hacia el norte, acostado en la postura del nirvana.
El sitio para practicar el yoga de la luz durante el día,
Debería tener una temperatura moderada y una entrada
Con una vista amplia y panorámica hacia glaciares, cascadas, bosques o valles,
Y el cielo vasto y abierto, de manera que la mente se vuelva clara y resplandeciente.
Al cultivar shamatha, una choza solitaria rodeada por una cerca
Es el lugar ideal para que la quietud de la mente surja naturalmente.
Para vipashyana, es importante tener una vista despejada e inspiradora,
Y estar constantemente animado y en sintonía con las estaciones.
Las áreas a baja altura y sombreadas, tales como bosques y barrancos,
Son ideales para practicar shamatha, mientras que las regiones más elevadas,
Tales como montañas nevadas, son ideales para vipashyana –
Es importante que conozcas estas diferentes especificaciones.
En términos sencillos, cualquier región o morada propiamente dicha para retiros,
En donde surjan el sentido de renuncia y el desencanto, donde la atención esté bien concentrada,
Y el samadhi se fortalezca – cualquier lugar semejante de actividad virtuosa –
Se dice que es igual al lugar sagrado del corazón del despertar,
Mientras que cualquier lugar en que las virtudes disminuyan, las aflicciones mentales aumenten,
Y uno sucumba a las distracciones y los asuntos de esta vida,

Es una guarida demoníaca de acciones perversas, que debe ser evitada a toda costa por el sabio,
Como estos puntos fueron enseñados por Padmasambhava,
Deberían ser aprendidos por todos aquellos que desean alcanzar la liberación.

Esto concluye la primera sección, que es una explicación de los sitios para cultivar samadhi, tomado de 'Encontrar Solaz y Serenidad en la Meditación de la Gran Perfección'.

.

Traducido del tibetano al inglés por Adam Pearcey, basado en una traducción anterior inédita de Encontrar Solaz y Serenidad en la Meditación de la Gran Perfección, por B. Alan Wallace y Adam Pearcey, preparada para las enseñanzas de Su Santidad el Dalai Lama en Lerab Gar, Francia, 2000. Traducido al español por Gustavo Villalobos, 2007.



2

El Practicante de Meditación

En segundo término, como individuo que asume la práctica,
Debes tener fe, perseverancia, sentido de renuncia y de desencanto.
Debes sentirte entristecido y hastiado del samsara, y esforzarte por alcanzar la libertad.
Al renunciar a las preocupaciones de esta vida y buscar la eventual iluminación,
Debes dejar muy atrás las distracciones y las ocupaciones, y tener pocas aflicciones mentales,
Sé pausado y tolerante, y ten una percepción pura y gran devoción,
Así como estabilidad mental,[1] y un profundo respeto por las enseñanzas-
[¡Practicantes como estos alcanzarán la liberación suprema!][2]
Debes servir, en la mejor forma posible, a un noble maestro,
Y purificar tu mente mediante el estudio, la reflexión y la meditación.
En particular, deberías pasar tus días y tus noches
Aplicándote de manera diligente a las instrucciones esenciales del linaje oral.
Sin que las preocupaciones ordinarias te distraigan ni por un solo instante,
Aplícate de manera diligente al significado más profundo.
Sin transgredir jamás los preceptos de los shravakas, bodhisattvas y vidyadharas,

Con tu mente bajo control, ayuda a los demás en cualquier forma que puedas,
E incluye cualquier cosa que experimentes en el camino hacia la liberación.
Como principiante, es sumamente importante que garantices tu propio bienestar,
Protegiendo tu mente en un lugar solitario, abandonando las distracciones y las ocupaciones,
Evitando situaciones desfavorables y subyugando las aflicciones mentales con los antídotos apropiados.
Asegurándote de que tu visión y tu conducta estén en armonía, dedícate de manera entusiasta a la meditación.
Cada vez que surja cualquiera de los cinco venenos ordinarios, en ese mismo instante,
atrápalo con la atención y, sin distracción, aplica los antídotos.
Con rectitud, vigilancia introspectiva, moderación y un sentido de dignidad, pon tu mente bajo control.
Observa la igualdad de la alabanza y la culpabilización, la aprobación y la desaprobación, la buena y la mala reputación,
Porque son sencillamente como ilusiones o sueños y no tienen existencia verdadera.
Aprende a tolerarlas como si fuesen meros ecos,
Y corta de raíz la mente que se aferra a un "yo" o a un ego.
En breve, sin transgredir jamás el Dharma en todo lo que hagas,
Pon tu mente bajo control, no hagas daño a los demás,
Y sin sucumbir, ni por un instante, a las aflicciones mentales,
Dedica tus días y tus noches a la virtud – ¡esto es crucial!
Hoy en día, cuando las personas son tan ingobernables,
Es vital que primero alcances tu propio bienestar permaneciendo en soledad.
Tal como un ave no puede volar sin sus dos alas,
El bienestar de los demás no puede lograrse sin las facultades superiores de percepción,
Así que esfuérzate de manera diligente por alcanzar tu propio bienestar, mientras que mentalmente consideras el bienestar de los demás.
Sin permitir que tu mente sea engañada por los maras insinceros de la distracción y las ocupaciones,
Es vital que te apliques a la práctica-
¡No seas tú mismo la causa de que te arrepientas al momento de la muerte!
Por lo tanto, procura que tu mente esté lista ahora,

Y considera esto: Si fueses a morir ahora mismo, ¿qué sería de ti?
Sin ninguna seguridad acerca de adónde irías o qué podría ocurrir,[3]
Pasar tus días y noches en las garras de la confusión y la distracción,
Es dilapidar y hacer que las libertades y ventajas carezcan de sentido.
Por lo tanto, medita acerca del significado esencial, solo y en solitario.
Porque es ahora que realmente se necesita una estrategia a largo plazo.
¿Cómo puedes estar seguro acerca de adónde irás en el futuro?
¡Debes aplicarte a la práctica de manera diligente hoy mismo!
Estas apariencias ilusorias del samsara son como senderos traicioneros.
Mantén esto en mente: debes encontrar los métodos para liberarte.
Porque si permaneces engañado, vagarás en el engaño por siempre.
Así que, despierta la perseverancia y mantén esto en tu corazón.
El océano de las aflicciones mentales y el mar del aferramiento a uno mismo son difíciles de atravesar,
Pero ahora que tienes la nave de las libertades y los atributos, ¡utilízala para llegar a la orilla distante!
Ahora que has obtenido esta rara oportunidad por la fuerza de tus méritos – el acceso al camino de la liberación y la iluminación –
¡Asegura tu propio beneficio y felicidad esforzándote con profunda sinceridad!
La vida es transitoria y cambia de un momento a otro,
Y nos engañamos hábilmente con distracciones, postergando la práctica virtuosa.
Como nos hemos acostumbrado por mucho tiempo al engaño,
A cada instante caemos naturalmente en las aflicciones mentales,
E incluso si nos aplicamos al mérito y a la virtud,
Nos damos cuenta de que éstos no surgen con facilidad.
Por lo tanto, ¡esfuérzate por evitar los sufrimientos producidos por tus propias acciones![4]
En los estados del samsara no podemos encontrar ni la más leve alegría.
Los sufrimientos de la existencia condicionada, si piensas acerca de ellos, son imposibles de soportar.

Por lo tanto, aplícate ahora mismo a los medios para obtener la libertad.
Si no te dedicas seriamente al significado esencial,
El estado de ocio y el Dharma intermitente no te traerán beneficio.
Así que desarrolla un fuerte sentido de hastío por todo lo que es impermanente,
Y, sin distraerte ni por un instante, ¡engendra entusiasmo por la práctica!
Si comprendes esto desde el propio comienzo,
¡Alcanzarás con rapidez la condición de Arya!
Al lograr tu propio bienestar, el bienestar de los demás acaecerá naturalmente,
Y encontrarás el camino supremo de liberación respecto a los estados del samsara.
Cuando todo lo que hagas esté acorde con el Dharma,
Entonces, eres alguien que posee la base para alcanzar la iluminación.

.

Esto concluye la segunda sección, que es una explicación acerca del practicante individual que cultiva el samadhi, tomado de 'Encontrar Solaz y Serenidad en la Meditación de la Gran Perfección'.

.

Notas:

1 - Tal como lo indicó H.V. Guenther, la palabra བསྟན།, que significa enseñanzas aparece en el texto raíz y también cuando el texto raíz se ofrece en el auto-comentario, pero al comentar acerca de esta línea, Longchenpa utiliza la palabra བརྟན། que significa firme o estable. He tratado de incorporar ambos sentidos a la traducción.

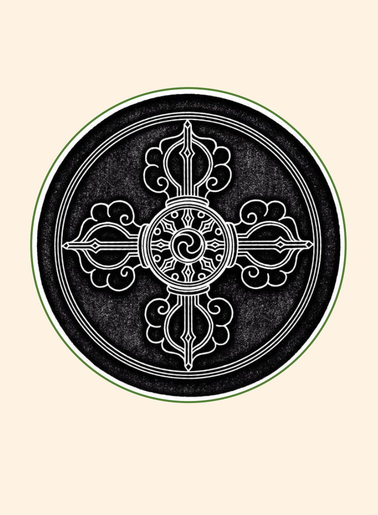
2 - Esta línea aparece en el auto-comentario, La Carroza Pura (ཤིང་རྟ་རྣམ་དག), pero no en el texto raíz.

3 - གཏད་སོ།. El comentario deletrea esto como བརྟེན་སོ།. Su significado lo asumo como seguridad, fiabilidad.

4 - El texto raíz tiene ལས་ཀྱི་གདུང་ཤུགས།. El comentario tiene ལས་ཀྱི་རླུང་ཤུགས།.

.

Traducido al inglés por Adam Pearcey, basado en una traducción anterior inédita de Encontrar Solaz y Serenidad en la Meditación de la Gran Perfección, por B. Alan Wallace y Adam Pearcey, preparada para las enseñanzas de Su Santidad el Dalai Lama en Lerab Gar, Francia, 2000. Traducido al español por Gustavo Villalobos, 2007.



3

“Una Gema que Cumple los Deseos”

Guía sobre el Significado de Estar a Gusto con la Ilusión, Una Enseñanza Dzogchen

Ante el dharma de los victoriosos que es una ilusión inmaculada, me inclino.
Se enseña que el significado de todos los dharmas es el camino mismo de la ilusión.

Para que esto pueda ponerse en práctica,
escribiré las instrucciones habladas de mis maestros
y esta intención del significado esencial de los sūtras y tantras.

Primero, ve solamente por refugio
y genera la mente como iluminada.[1]

De la experiencia continua de la vacuidad,
imagina a buddhas y bodhisattvas en un círculo que finalmente se disuelven
junto con los maestros del linaje, deidades de meditación y ḍākinīs en tu maestro raíz
quien se sienta sobre el sol y la luna apilados sobre una flor de loto en tu coronilla.

[1] es decir, generar la bodhichitta.

Mentalmente haz ofrendas, alabanzas y confiesa tus faltas,
y después de eso, haz la aspiración de entrenarte en la ilusión.

Mientras imaginas estar completamente absorto en la naturaleza ilusoria de todo lo que aparece y existe,
permanece inseparable de esa misma realidad —
la experiencia en desarrollo que no tiene fijaciones conceptuales ordinarias,
ni siquiera por un instante.

Apariencias externas, incluyendo montañas y mansiones,
toda la tierra, el agua, el fuego, el viento, el espacio, y demás...
y lo que es interno incluyendo todo lo que surge como las múltiples variaciones de la conciencia
que afirman o niegan,
todos tus movimientos, dormir, comer, caminar, hablar, y demás
— sin distracción, familiarízate con su naturaleza de ser como un sueño, una ilusión,
alucinación, espejismo, una luna en el agua, un eco, castillos en las nubes, una aparición.

Sabiendo que las apariencias de los objetos,
las afirmaciones o negaciones del intelecto, flujos y reflujos de la experiencia,
y cualquier otra cosa, son el juego de la ilusión —
¡mejora tu práctica y entrénate en ser habilidoso
para que todo lo que encuentres te aporte una gran libertad intrínseca!

Además, durante el día
es crucial que no te distraigas ni por un instante
mientras estás en la experiencia en desarrollo de familiarizarte con las cosas como un sueño y demás.

De este modo, practica inicialmente el guru yoga,
en segundo lugar, la ilusión de las apariencias y la mente,
y en tercer lugar, descansa claramente en conocer aquello que está más allá de la proyección y la contracción.

Esfuérzate en la meditación manteniéndote suelto en la experiencia en desarrollo que es como el espacio.

Después de tu sesión, familiarízate repetidamente con las cosas de esa experiencia en desarrollo de la ilusión.

Por la noche, descansa sobre tu lado derecho,
respira suavemente y no mires abruptamente a tu alrededor.

Desde el punto vital de la mente dentro de tu corazón,
[imagina] una sílaba blanca "A", del tamaño de la uña de un pulgar, emitiendo luz —
y esta luz emana a través de
todas las apariencias y existencias, saṃsāra y nirvāṇa,
que se funden en la luz, se reabsorben en ti y se disuelven en la "A".

Meditando sin distracción en esa misma experiencia en desarrollo,
Mientras estás dormido en un sueño y de manera similar —
primero, ten la certeza y luego
multitudes proliferarán a partir de uno
y esas multitudes serán absorbidas de nuevo por uno;
lo feroz se transformará desde lo quiescente,
y habrá apariciones de dioses, nāgas, y demás...

En ese mismo momento, entrénate en su irrealidad
y mézclate gradualmente con su luminosidad no nacida.

En todas esas ocasiones, haz súplicas a tus maestros y
no te distraigas ni por un instante.
Durante el día, sé muy diligente a la hora de conjurar apariciones.
¡Este punto vital es extremadamente importante!

Al familiarizarte de esta manera,
aunque las experiencias ilusorias amanecerán como se han descrito,
será imposible evitar desarrollar la comprensión de que son irreales.

En cuanto a las afirmaciones o negaciones y fijaciones que surgen en tu mente,
al entrenarse para reconocerlas como ilusiones,
¡las obstrucciones se transformarán en su libertad intrínseca!

Además, a partir de esta experiencia en desarrollo, las cualidades de la concentración meditativa[2]
—bienaventuranza, claridad y ausencia de pensamiento— amanecerán.
Descansando con estas apariencias, muévete hacia su translucidez
—en el momento mismo de una aparición,
se mueven uniformemente en sus grietas de luz, ambigüedades y perforaciones—[3]
se mueven con el brillo, la fluctuación y la omnipresencia de la conciencia.[4]

Fusionando lo externo, lo interno y lo intermedio en uno,
invierte las posesiones de tu cuerpo.

En la experiencia en desarrollo, que nunca está separada de la gran vastedad sin referencia,
atracción o repulsión, afirmación o negación,
mientras se ríe o se pierde el control, lo que sea que ocurra
— estos amanecerán como ornamentos de tu mente.

A través de la absorción meditativa inquebrantable,
la mente permanecerá clara y lúcida,
tu visión verá la translucidez de las apariencias,
tendrás la clarividencia de conocer la mente de los demás,
y conseguirás poderes supranormales inconmensurables, como la capacidad de viajar a través del espacio.

Por la virtud que surge de esta explicación
de cómo experimentar todos los fenómenos como ilusorios por naturaleza,

---

[2] Skt. samādhi.

[3] Este conjunto de términos poéticos describe los matices de la apariencia (*snang ba*) como espacios intermedios que parecen rendijas de luz, como una puerta entreabierta, e implícitamente las sombras que las acompañan (*sang nge sang nge*); borrosos o difusos a veces (*'a le 'ol le*); y evanescentes debido a que parecen tener agujeros o ser porosos (*khral ma khrol ma*).

[4] Este conjunto de términos poéticos describe los matices de la conciencia pura (*rig pa*) como revoloteos o parpadeos de luz (ban ne bun ne); parpadeos de aquí para allá con movimientos inciertos (*phyad de phyod de*); y estar abierto sin nada a lo que agarrarse (*phyal phyal ba, phal le ba*).

que pueda la actividad de los vencedores ilusorios en favor de todos los seres sin excepción permanecer más allá de todo límite.[5]

.

Yo, el yogui de la ilusión, Resplandor Inmaculado (Drimé Özer), dispuse esta instrucción sobre la coalescencia de la luminosidad y la ilusión, el significado esencial de la ilusión, extremadamente vasto y profundo en significado, en la ladera de la montaña que es como una ilusión, la Montaña Nevada Calavera Blanca (Gangri Tökar).

Afortunados individuos de las generaciones futuras,
por favor aplíquense constante y diligentemente a este camino del dharma.

Liberado de la penumbra de la ilusión del conocimiento erróneo,
las apariencias de los perceptos se transformarán en la ilusión espontánea de la sabiduría prístina.

Así concluye el texto titulado "Una Gema que Cumple Deseos: Guía sobre el Significado de Estar a Gusto con la Ilusión, Una Enseñanza Dzogchen", que fue preparado por el hijo de los vencedores, Drimé Özer.

¡Virtud! ¡Virtud! ¡¡Virtud!!

.

[5] Aquí parece haber un error en todas las ediciones disponibles del texto tibetano. La línea *sgyu 'dra'i rgyal ba'i mdzad pa ma lus mtha' yas shog/* tiene demasiadas sílabas. Agradecemos a Khenpo Yeshe Gyaltsen su sugerencia de omitir *ma lus* y hemos seguido esta lectura en la traducción.

Bibliografía

Trabajo traducido

Klong chen rab 'byams. "Rdzogs pa chen po sgyu ma ngal gso'i don khrid yid bzhin nor bu." En *Kun mkhyen klong chen rab 'byams kyi gsung 'bum,* 127, 172–174. Dpal brtsegs bod yig dpe rnying zhib 'jug khang. Beijing: Krung go'i bod rig pa dpe skrun khang, 2009.

Lecturas sugeridas

Longchenpa. 1976. Kindly Bent to Ease Us, Part Three: Wonderment. Translated by Herbert V. Guenther. Emeryville, CA: Dharma Publishing.

Longchenpa. 2018. Finding Rest in Illusion. Translated by the Padmakara Translation Group. Boulder, CO: Shambhala Publications.

Westerhoff, Jan. 2010. Twelve Examples of Illusion. New York: Oxford University Press.

.

Traducido del tibetano al inglés por Michael R. Sheehy, 2021.

Traducdo del inglés al tibetano por Diego Kunga Samten Daleffe, Verano del 2023.

.

